

LIMA, SÁBADO 9 DE AGOSTO DE 2025
15
Para toda la familia
JUEGOS
"EN MODO VACILÓN"
GRATIS
¡HOY!
S/ 1.20
ojo
PERÚ ENVÍA NOTA DE PROTESTA
Por la invasión del espacio aéreo de un avión de Colombia en Santa Rosa
ATAQUE FUE EN PLENO RECORRIDO
CON PASAJEROS EN SAN MARTÍN DE PORRES
DISPARAN A BUS Y MATAN A COBRADOR
PISTOLEROS BALEARON LA UNIDAD DE LA EMPRESA "TIGRILLO" EN LA AVENIDA ZARUMILLA
TIGRILLO
MADRE DE LA VÍCTIMA DENUNCIÓ QUE EXTORSIONADORES EXIGÍAN 15 MIL SOLES DE CUPO
COMPADRES SALEN A LA CANCHA
ONELIA ARROCHA CRÍTICAS



EDITORA GENERAL: SILVIA QUISPE RAMÍREZ

OPINAN LOS LECTORES

¿Cree que el presidente de Colombia Gustavo Petro usa el tema de la soberanía en la isla Santa Rosa con fines políticos en su país?

SÍ 95% — NO 5%

Pregunta de mañana

¿Cree que el gobierno de Dina Boluarte no toma medidas para frenar las extorsiones que cobran vidas?

X TWITTER

JORGE MONTOYA
Congresista
@Alm_Montoya

"La guerra no avisa. La historia lo ha demostrado una y otra vez: los países que no se preparan, desaparecen. No armar al Perú hoy, cuando se amenaza nuestra soberanía, no es solo un error estratégico: es una traición a la patria".

LA CRUDA REALIDAD

BASTA DE MUERTES

Entre enero y julio de este año, a nivel nacional, 44 personas han perdido la vida, entre choferes, cobradores y ayudantes de transporte público. Son 44 muertes producto de las extorsiones y el cobro de cupos, 44 personas asesinadas por el simple hecho de salir a trabajar. El último ataque registrado ocurrió la noche del jueves en la avenida Zarumilla, en el distrito de San Martín de Porres. Pistoleros dispararon contra el bus de la empresa "El Tigrillo" cuando circulaba llena de pasajeros. Las balas atravesaron la carrocería y alcanzaron al cobrador de la unidad, quien perdió la vida. Los pasajeros, desesperados, trataron de auxiliarlo, pero llegó cadáver al hospital. Estos hechos de sangre no pueden ser normalizados. Pero qué podemos esperar del gobierno de Dina Boluarte, donde la Policía Nacional del Perú (PNP) no cuenta ni con chalecos antibalas para enfrentar a la delincuencia, pero sí hay dinero para aumentar el sueldo presidencial, comprar celulares y adquirir autos de alta gama para los altos mandos de la PNP, quienes no luchan cuerpo a cuerpo con la criminalidad. Así estamos. Basta de muertes.



POR NO REPONER A BENAVIDES COMO FISCAL SUPREMA

DENUNCIA ANTE EL CONGRESO A FISCAL DELIA ESPINOZA

El presidente de la Junta Nacional de Justicia (JNJ), Gino Ríos Patio, envió un oficio al presidente del Congreso, José Jerí, denunciando el "reiterado incumplimiento" de la fiscal de la Nación, Delia Espinoza, ante la orden de reponer a Patricia Benavides como fiscal suprema. En el Congreso se tramita una denuncia constitucional contra la fiscal de la Nación por presunto desacato y supuesta infracción constitucional. La denuncia fue admitida.

ENVIARÁ NOTA DE PROTESTA A COLOMBIA POR SOBREVUELO EN ISLA SANTA ROSA

Perú rechaza invasión de espacio aéreo

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

En medio de la creciente tensión en la frontera con Colombia, el Gobierno peruano anunció que enviará a Colombia una nota de protesta formal por la violación del espacio aéreo peruano.

Santa Rosa, en la región de Loreto, es un distrito clave en este conflicto. Está ubicado frente al puerto colombiano de Leticia y ha sido escenario de recientes tensiones por reclamos de soberanía.

El premier Eduardo Arana informó que, tras recibir las explicaciones del lado colombiano por el sobrevuelo de un avión en el espacio aéreo peruano, estas no fueron satisfactorias, por lo que el Gobierno decidió enviar la nota de protesta.

"El día de hoy (ayer) hemos recibido explicaciones desde los canales militar y diplomático, (pero) que no satisface al Gobierno peruano. Por ello, en la sesión del Consejo de Ministros de hoy (ayer) se dispuso remitir de inmediato la respectiva nota de protesta, la cual la Cancillería deberá hacer en el transcurso", declaró.

OJO AL DATO

La población de Santa Rosa ha mostrado un fuerte sentimiento de orgullo peruano, a pesar de las limitaciones en servicios básicos.

El avión involucrado fue un A-29 Super Tucano, una aeronave militar utilizada para apoyo aéreo, que ingresó a baja altura, entre 200 y 300 metros, sin autorización peruana, lo que generó gran preocupación.



• Medida la anunció el premier tras el Consejo de Ministros de ayer.

Este incidente se da en un contexto más amplio de reclamos territoriales y desacuerdos diplomáticos entre Perú y Colombia, donde temas como la soberanía en la isla Chinería y el control del espacio aéreo han aumentado la tensión en la región.

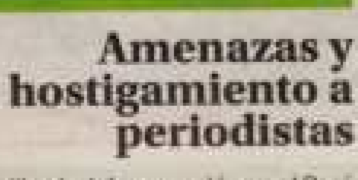
El ministro de Defensa, Walter Astudillo, resaltó la necesidad de modernizar las Fuerzas Armadas para proteger la soberanía nacional.

FOTONOTICIA

VIZCARRA SE SIENTE "EN EL CORAZÓN DEL PUEBLO"

El expresidente Martín Vizcarra afirmó que, aunque está inhabilitado, "sigue en el corazón del pueblo". En tanto, el Poder Judicial reprogramó para el 13 de agosto la audiencia sobre su pedido de prisión preventiva por el caso "Lomas de Ilo".

Amenazas y hostigamiento a periodistas



• Informe revela hostigamiento hacia los hombres de prensa.

La libertad de expresión en el Perú atraviesa uno de sus momentos más delicados en años, según evidencia el más reciente informe del Consejo de la Prensa Peruana correspondiente a julio de 2025. La institución reseña ataques del alcalde Rafael López Aliaga contra los periodistas.

OJOS&OÍDOS

COPAMIENTO. En lo que será su último año unicameral, el Pleno del Congreso estableció el cuadro de las 24 comisiones para el periodo 2025-2026. Debido al peso numérico de integrantes, Fuerza Popular liderará cuatro comisiones (Constitución, Producción, Agraria y Economía).

DISTANCIA. El presidente de Acción Popular, Julio Chávez Chiong, suspendió la relación con la bancada parlamentaria. Manifestó su "total desacuerdo" con la elección de Carlos Alva como vocero, argumentando que se debe proteger la imagen del partido.

INVESTIGA. El Ministerio Público inició una investigación por el delito de atentado a la integridad de datos informáticos en agravio de la Junta Nacional de Justicia. La pesquisa se centra en una posible manipulación de una base de datos con información clave sobre procedimientos a jueces y fiscales.

JUICIO. El Poder Judicial autorizó el inicio del juicio oral contra el exministro del Interior, Juan Carrasco, por las presuntas irregularidades en su nombramiento en esta cartera en el gobierno de Pedro Castillo. La Fiscalía pide cuatro años de prisión efectiva e inhabilitación por dos años y cuatro meses.





UNIDAD DE EMPRESA "TIGRILLO" ESTABA LLENA DE PASAJEROS CUANDO FUE ATACADA EN SAN MARTÍN DE PORRES

Sicarios disparan a bus y matan a cobrador



• Empresa venía recibiendo amenazas de una banda de extorsionadores.

COBRADOR FALLECIDO

• Pasajeros desesperados se tiraron al piso del bus para evitar las balas.

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

15 MIL SOLES
mensuales pagaba la empresa "Tigrillo" a una banda de extorsionadores.

Las sanguinarias mafias de extorsionadores siguen tiñendo de sangre las calles y enlutando a familias inocentes.

La noche del jueves, dos sicarios, desde una moto lineal, asesinaron a balazos al cobrador de un bus de transporte público delante de muchos pasajeros, en San Martín de Porres, para obligar a la empresa a aumentar a 50 mil soles el pago de cupo.

ATAQUE. Alrededor de las ocho de la noche, un ómnibus de la empresa "Tigrillo", que cubre la ruta San Juan de Lurigancho - Ventanilla se desplazaba por la avenida Zarumilla. En el paradero Control, dos asesinos por encargo, en una motocicleta, se acercaron y dispararon una ráfaga de balas hacia el interior del vehículo.

Las balas atravesaron la lunas del bus, Gilbert Moisés Carhuavilca Andrade (31) que trabajaba como cobrador recibió varios impactos y cayó al piso del bus.

El ataque causó pánico entre los pasajeros que se agacharon y se ubicaron detrás de los asientos para no ser heridos.

En medio de la desesperación, los pasajeros gritaban al chofer de la unidad "¡Avanza, avanza... sigue adelante, policía! El conductor del ómnibus continuó su marcha y se dirigió al hospital Cayetano Heredia; sin embargo, los esfuerzos de los médicos fueron en vano porque Gilbert Carhuavilca murió en el trayecto.

La madre de Gilbert Carhuavilca llegó ayer hasta la empresa "Tigrillo" exigiendo justicia. La mujer denunció que la empresa venía siendo extorsionada y culpó a los dueños por la muerte de su hijo. "Voy a encontrar al responsable de su muerte".

Se supo que La empresa Transport Group Tigrillo S.A. es extorsionada desde hace varios meses y paga a una mafia 15 mil soles mensuales y los choferes 10 soles.

Este no sería el primer atentado. El 30 de abril pasado, un pistolero atacó a balazos un ómnibus de esta empresa cuando ingresaba al patio de maniobras, en Ticamarca, y contra los vehículos que estaban estacionados. Antes de huir dejó un sobre manila con un mensaje escrito amenazante donde advertía que si no pagaban, la próxima vez matarían a un trabajador. (E.Cirilo)

OJO al dato
El bus atacado fue trasladado al Departamento de Investigación Criminal de San Martín de Porres, a fin de que se realicen las diligencias de ley.

AL GRANO



ANUNCIAN PARO DE TRANSPORTES PARA EL 21 DE AGOSTO

El jueves 21 de agosto se realizará un paro de transportes en Lima y Callao, como medida de protesta ante la creciente inseguridad y las extorsiones que sufre el sector. La convocatoria fue anunciada por Martín Valeriano, de la Asociación Nacional de Integración de Transportistas (Anitra).



FISCALÍA INICIA INVESTIGACIÓN PRELIMINAR

La Fiscalía informó a través de sus redes sociales que ha iniciado una investigación preliminar contra los que resulten responsables del atentado al bus de la empresa de transportes "El Tigrillo", ocurrido la noche del jueves en la avenida Zarumilla, en San Martín de Porres, donde murió el cobrador Gilbert Carhuavilca.



HAY OTRAS 23 MUERTES EN EL SECTOR QUE SE INVESTIGAN

MÁS DE 40 TRANSPORTISTAS ASESINADOS EN ESTE AÑO

La inseguridad ciudadana y las extorsiones siguen afectando gravemente al sector del transporte público en el país. Según la División Estadística de la Policía Nacional, entre el 1 de enero y el 15 de julio de este año se registraron 44 muertes violentas de choferes, cobradores y ayudantes, mientras que otras 23 están en proceso de investigación.

La extorsión en el sector transportes no solo se traduce en violencia física, sino también en pérdidas económicas. Según reportes del Ministerio del Interior, miles de conductores y empresas enfrentan cobros ilegales que afectan sus ingresos y elevan el costo del pasaje para los usuarios.

Las autoridades policiales intensificaron operativos para desarticular las redes criminales responsables, pero la respuesta resulta insuficiente.





VACUNACIÓN. El Ministerio de Salud hace un llamado a los padres de familia y cuidadores de niños y adultos mayores, para que se acerquen a los establecimientos de salud para vacunarlos, de manera gratuita, contra la influenza, la neumonía y la covid-19.

• Beneficios a favor del bolsillo de los peruanos.

POR DESCENSO DEL DÓLAR Y EL COMBUSTIBLE

Tarifa eléctrica bajará este mes en todo el país

Los usuarios del servicio eléctrico en el país verán una ligera reducción en sus recibos durante agosto. Según informó Osinergmin, la tarifa eléctrica disminuirá hasta en 3,5 %, lo que representa un pequeño pero importante alivio para los bolsillos de las familias peruanas.

Por ejemplo, si una persona paga S/ 50 al mes por su servicio eléctrico, este mes podría ahorrar alrededor de S/ 1.70. Aunque el monto parece reducido, las autoridades señalaron que este descenso responde a una tendencia sostenida que podría continuar en los próximos meses.

Tráfico retrasa llegada de bomberos

• Esta situación pone en riesgo la vida de quienes necesitan atención urgente.

El intenso tráfico en Lima está causando demoras de hasta 20 minutos en la llegada de los bomberos a emergencias, informó el brigadier Freddy Rivera. El caos vehicular dificulta el paso rápido de las unidades de rescate.

LANZAN ALERTA PARA EVITAR ESTAFAS Y FRAUDES

Cuidado con los falsos censistas

AURORA CARUAJULCA
aurora.caruajulca@prensmart.pe

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) lanzó una alerta urgente para prevenir que la ciudadanía caiga en manos de falsos censistas que intentan obtener datos personales de manera fraudulenta.

Estas personas se hacen pasar por trabajadores oficiales para engañar a la población y acceder a información sensible.

• INEI pide a la población mantenerse alerta ante falsos censistas.

ALERTA. La institución aclaró que los censistas oficiales no solicitan huellas digitales, fotografías ni datos fuera del cuestionario del censo. Además, nunca piden información por WhatsApp, redes sociales o mensajes de texto.

Para evitar ser víctimas, el INEI recordó que los censistas portan un uniforme y un código QR que puede ser verificado, escaneándolo con un dispositivo móvil.

Esta verificación es presencial y no requiere entregar información adicional.

Asimismo, la entidad enfatizó que no existe un "censo previo" ni visitas de verificación anticipadas por parte del Ministerio del Interior u otras instituciones antes del censo oficial.

La alerta surge ante la circulación de mensajes falsos en WhatsApp y otras aplicaciones, donde supuestos funcionarios anuncian visitas de "verificación de identificación", buscando engañar a las personas para entrar a sus viviendas o obtener datos personales.

EL INEI pidió a la población mantenerse alerta y verificar siempre la identidad de quienes se presenten como censistas, utilizando únicamente los canales oficiales del instituto.

En los primeros cinco días de ejecución de los Censos Nacionales 2025, el INEI informó que se han censado 1 millón 351,234 viviendas a nivel nacional.

ojo al dato

El INEI precisó que la entrevista censal se realiza en la puerta de la vivienda, sin necesidad de que el personal ingrese al domicilio.

POR RIESGO DE CAUSAR LESIONES BUCALES Y DOLOR EN USUARIOS

COLGATE RETIRA MÁS DE 3 MILLONES DE PASTAS DENTALES

Indecopi alertó sobre el retiro voluntario de más de 3 millones de unidades de la crema dental Colgate Total Clean Mint debido a posibles efectos adversos en los consumidores. En respuesta, Colgate suspendió la venta del producto.

La empresa Colgate inició la retirada del mercado peruano de 3'156,792 unidades de esta crema dental.

De acuerdo con la información difundida por Indecopi, el consumo de este producto podría provocar irritación o hinchazón en la boca, así como lesiones como aftas, llagas, ampollas y dolor en la zona bucal.

AL GRANO



DOCENTES DARÁN PRUEBAS PARA ASCENSOS

Más de 90 mil docentes rendirán dos pruebas el domingo 5 de octubre: una para ascensos y otra para nombramientos en centros de educación técnica (Cetprós), instituciones educativas que brindan formación técnica y profesional.



JAPONESES INTERESADOS EN EL PERÚ

El ministro de Economía, Raúl Pérez Reyes, destacó el creciente interés de empresas japonesas en participar activamente en proyectos de infraestructura en el país, particularmente en las futuras Líneas 3 y 4 del Metro de Lima.



LANZAN CAMPAÑA DE SEGURIDAD ELÉCTRICA

La compañía ABB en Perú lanzó la campaña "Conecta tu vida con confianza" en Línea 1 del Metro de Lima, con el objetivo de brindar información para evitar accidentes eléctricos, promover productos seguros y prevenir tragedias.







LANZAN EXPLOSIVO PARA QUE PAGUE CUPO. En La Esperanza, Trujillo, delincuentes detonaron un explosivo en la vivienda de una comerciante para exigirle un cupo extorsivo de 20 mil soles. Es el segundo atentado en menos de dos semanas contra la víctima.




• La organización criminal operaba en varios distritos

LLEVABAN PLACAS FALSAS

Banda usaba auto robado en atracos

Agentes de la División de Prevención e Investigación de Robo de Vehículos (Diprove) capturaron en Villa El Salvador al venezolano José Páez (30), alias Malandro, y al peruano Manuel Rivera (24), alias Chema, presuntos integrantes de una banda dedicada al hurto de autos y camionetas para emplearlos en asaltos.

Según el general PNP Manuel Vidarte, los detenidos tenían en su poder dos pistolas, municiones, "peines" para forzar cerraduras y placas tanto falsas como originales.

Asaltan a mamá cuando paseaba a su bebé

• Vecinos denunciaron que los robos son constantes y exigieron patrullaje.

A plena luz del día, dos delincuentes de nacionalidad venezolana utilizaron un auto robado para cometer asaltos en San Martín de Porres. Entre sus víctimas estuvo una madre que paseaba a su bebé en un coche, a quien robó sus objetos de valor.

VECINOS DE SAN JUAN DE LURIGANCHO HARTOS DE INSEGURIDAD

Amenazan con linchar a delincuentes

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Cansados de los constantes robos, vecinos del barrio 2 y Medio, en San Juan de Lurigancho, colocaron pancartas advirtiendo a los delincuentes que, si son atrapados cometiendo delitos, serán linchados.

"Ratero, si te agarramos, no vas a ir a la comisaría, te vamos a linchar. Nosotros no llamamos a la Policía, ni serenazgo. El barrio 2 y Medio se respeta", se lee en uno de los carteles.

Son al menos 30 familias las que han tomado esta medida extrema ante la inseguridad que afecta a la zona.

Según relataron, las víctimas incluyen desde comerciantes y madres de familia hasta estudiantes y escolares, todos atacados por raqueteros en moto, extorsionadores y arrebatadores.

Un vecino denunció que dos casas han sido asaltadas recientemente y que incluso una joven fue golpeada con la parte trasera de un arma durante un robo.

ADVERTENCIA. "Si vienen con moto o vehículo, igual se lo vamos a quemar", advirtió.

La presencia policial, según los residentes, es escasa, pese a que la Comisaría PNP Santa Elizabeth debería realizar patrullajes constantes. La misma queja recae sobre el serenazgo, que no responde ante los llamados de emergencia, aseguraron.

• Ante tanta inseguridad, colocaron carteles de advertencia

ojo al dato

Vecinos son asaltados bajo la modalidad del arrebato. Varios quedaron heridos, entre ellos gestantes y amas de casa.

• Cámaras captaron uno de los robos

En ese barrio, todos los predios permanecen enrejados. Los vecinos aseguran que, ante el abandono de las autoridades, no dudarán en "tomar el toro por las astas" para defenderse, de día o de noche.

SICARIOS DISPARARON VARIAS VECES CONTRA LA VÍCTIMA EN EL CALLAO

LO MATAN EN PUERTA DE BODEGA Y AMIGO RESULTA HERIDO

Un hombre fue asesinado y otro herido de bala en Carmen de La Legua-Reynoso, Callao. El ataque ocurrió frente a una cancha deportiva del asentamiento humano Villa Señor de los Milagros.

El hecho se produjo después de que las víctimas salieran de ver un partido de fútbol y se dirigieran a comprar papitas rellenas, que se vendían en una bodega. Ese momento fue aprovechado por los sicarios, quienes les dispararon varias veces. Uno de ellos, identificado como Hans Franco Anicama (37), falleció en el hospital, mientras que Luis Vidal de la Cruz (31) permanece hospitalizado.

AL GRANO

"LOS NEGRITOS" CAYERON EN SU BÚNKER

La Policía desarticuló a la banda venezolana "Los Negritos", que extorsionaba a transportistas y los obligaban a pagar cupo. Cinco integrantes armados, entre ellos una mujer, fueron capturados en su búnker en Chorrillos.



VA PRESO POR INTENTAR AHOGAR A SU PAREJA

Omar Arenas Guerra fue enviado al penal El Milagro por nueve meses, acusado de feminicidio, tras agredir e intentar ahogar a su pareja en un hotel de Trujillo. La víctima fingió desmayarse para salvarse y fue auxiliada por la policía.



CHICLAYANOS MUEREN EN ACCIDENTE

Tres miembros de una familia de Chiclayo fallecieron tras despistarse su vehículo en la vía Casma-Huaraz, en el tramo Yupash-Shinan. La policía presume que el conductor se quedó dormido al volante.

Tiroteo en campus universitario

ATACANTE FUE ABATIDO Y UN POLICÍA RESULTÓ HERIDO

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Un tiroteo en el campus de la Universidad Emory, de Atlanta, dejó como saldo un policía herido y el atacante fue abatido.

La Universidad Emory alertó el viernes a estudiantes y a su personal sobre un tirador activo en su campus de Atlanta, e instó a los estudiantes a "correr, esconderse, pelear" y evitar la zona.

El personal de una tienda de comida cerca del campus cerró las puertas y se refugió en el interior. Según testigos, se escucharon una serie de disparos.

ojo al dato
Hasta el cierre de esta edición se desconocían la identidad y las circunstancias en las que falleció el causante del tiroteo.

"Sonaba como fuegos artificiales explotando, uno tras otro", expresaron.

CAUSAS. La policía tiene la teoría de que el atacante estaba enfermo o creía estarlo y atribuyó la enfermedad a la vacuna contra el COVID-19, según declaró un agente del orden a CNN. Un empleado de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), ubicados cerca de Emory, declaró a CNN que vio a un hombre acercarse a la sede de la agencia y disparar contra el edificio.

El Departamento de Policía de Atlanta informó en su cuenta de X que solo hubo un atacante, quien ya falleció. "No existe una amenaza continua para el Campus Emory ni el vecindario circundante. El incidente involucró a un solo atacante, quien ya falleció", decía la publicación.

El padre del presunto atacante llamó a la policía antes del tiroteo para informar que creía que su hijo tenía tendencias suicidas, según declaró un agente a CNN.

FALLECE EL ÚLTIMO ASTRONAUTA DEL APOLO 13



ILLINOIS. El astronauta estadounidense y comandante del Apolo 13, James Lovell, cuya serenidad y liderazgo transformaron una emergencia espacial en un triunfo de la ingeniería práctica, falleció a los 97 años en Lake Forest, Illinois, informó ayer la NASA, en un comunicado. Lovell participó en cuatro misiones espaciales, un hito que lo situó entre los astronautas más experimentados de la NASA. La misión del Apolo 13 fue llevada al cine y el actor Tom Hanks interpretó a Jame Lovell.

OLA DE CALOR. La intensa ola de calor en México causa múltiples muertes y apagones. Ya son 49 los fallecimientos que se han registrado en México vinculados a las altas temperaturas, 34 de ellos en Sonora. La demanda de electricidad para refrescar inmuebles está colapsando el sistema en varias localidades.

CHINA



CON MULTAS COMBATEN EL CHIKUNGUÑA

➡ Autoridades chinas están desesperadas ante el mayor brote de chikunguña jamás visto en China. Para combatir al mosquito que transmite la enfermedad, que ya reportó más de 7 mil casos, han aplicado mosquiteros, insecticidas, drones y multas de hasta 10 mil yuanes (US$ 1.400) a quienes no vacíen el agua de los recipientes exteriores.

ESTADOS UNIDOS



MILES HUYEN DE INCENDIO FORESTAL

➡ Un incendio forestal registrado en una zona montañosa al norte de Los Ángeles ha generado evacuaciones en dos condados, lo que ha provocado el desplazamiento de 2700 residentes. El fuego ha afectado aproximadamente 2.000 hectáreas, según han informado las autoridades ayer viernes.

FOTOLOCA



ALEMANIA

IDENTIFICAN NUEVA ESPECIE DE REPTIL MARINO PREHISTÓRICO

➡ Un grupo de paleontólogos ha identificado una nueva especie de reptil marino prehistórico en los yacimientos fósiles de pizarra de posidonia de Alemania, ecosistemas oceánicos de hace 183 millones de años. La especie recién clasificada, denominada Plesionectes longicollum, representa un tipo de plesiosauroideo desconocido: el grupo de reptiles marinos de cuello largo que habitó los océanos de la Tierra durante la era de los dinosaurios. Se trata de un esqueleto casi completo que, incluso, conserva restos de tejido blando fosilizado.

VENEZUELA



MÉDICO RECORRE EL MUNDO Y YA HA VISITADO 193 PAÍSES

➡ Nicolás Maza Toussaint es un médico venezolano que a los 30 años de edad se propuso honrar a su padre fallecido viajando a los lugares que él soñaba conocer, y terminó cumpliendo una meta mayor: recorrer los 193 países reconocidos por la ONU. El llamado "Viajero sudamericano" inició su periplo tras haber encontrado una agenda con las anotaciones de los lugares que quería conocer su padre, quien murió a la edad de 30 años, cuando Nicolás tenía 9.

ESTADOS UNIDOS



AUMENTA LA VENTA DE VENTILADORES

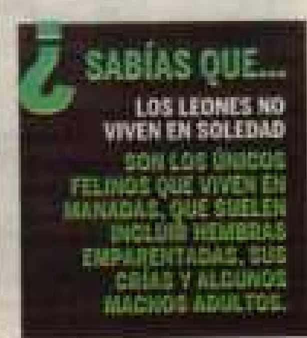
➡ Los ventiladores personales se han convertido en una opción popular para mitigar el calor ante las altas temperaturas. Cuestan 10 dólares, pero su precio se duplicaría por el alza de aranceles.





POLICÍA SALVA A MUJER DE AHOGARSE

➡ Un policía salvó a una mujer de ahogarse con una tortilla, en la ciudad de Monterrey, en México. El agente transitaba en su patrulla cuando vio a la mujer atorarse. Salió rápidamente de su vehículo y realizó la maniobra de Heimlich hasta que la mujer pudo respirar con normalidad. El oficial fue reconocido por sus compañeros en una ceremonia. Las imágenes de la emergencia se hicieron virales.



EN MODO VACILÓN

Diversión para toda la familia

Nro. 335

"Merlina, sombría con alma macabra"

Sopa de letras

A	L	A	S	M	U	Ñ	E	C	A	S	P	I	N	T	A	R	O	D
S	E	L	C	I	R	E	P	O	N	A	M	R	E	H	U	S	C	E
O	U	N	A	N	I	Ñ	A	D	E	S	I	E	T	E	A	Ñ	O	S
D	O	B	S	E	S	I	O	N	A	D	A	C	O	N	P	J	L	T
I	D	S	M	A	D	D	A	S	O	C	O	L	S	O	L	A	U	A
T	M	E	R	L	I	N	A	A	D	D	A	M	S	D	M	P	J	C
N	L	P	L	F	J	K	P	P	P	P	Y	W	R	U	E	M	B	A
E	Ñ	Ñ	J	H	P	E	R	S	O	N	A	J	E	M	A	S	F	D
S	K	A	D	A	U	C	I	T	N	A	Y	R	V	Q	J	C	O	O
O	J	E	R	P	E	M	M	Ñ	R	Y	T	P	G	W	H	X	C	D
R	H	F	A	C	I	T	O	G	N	E	G	A	M	I	G	Z	W	E
U	F	N	P	E	M	A	I	R	B	M	O	S	A	J	I	H	A	L
C	A	R	O	D	A	R	R	E	T	A	E	L	B	A	R	O	D	A
S	Y	A	R	A	T	S	E	L	O	M	Y	S	O	R	D	A	U	C
O	H	O	R	B	A	C	A	M	O	L	N	E	A	B	A	Y	A	R
R	A	T	I	P	A	C	E	D	R	O	P	N	O	I	C	I	F	A

- MERLINA ADDAMS
- LA HIJA SOMBRÍA
- PERSONAJE MÁS
- DESTACADO DE
- "LOS LOCOS ADDAMS"
- UNA NIÑA DE SIETE AÑOS
- ADORABLE ATERRADORA
- OBSESIONADA CON
- LA MUERTE
- OSCURO SENTIDO
- DEL HUMOR
- RAYABA EN LO MACABRO
- IMAGEN GÓTICA
- Y ANTICUADA
- AFICIÓN POR DECAPITAR
- A LAS MUÑECAS, PINTAR
- CUADROS Y MOLESTAR A
- SU HERMANO PERICLES

"Lo más importante es tratar de inspirar a las personas para que puedan ser grandes en lo que quieran hacer".

SOMBREAR

...los espacios con puntos.

MENTE FIRME

Cuando dejas de preguntar a las personas por qué no te llaman o por qué ya no te envían mensajes, te das cuenta del cambio y lo aceptas: sin dramas, sin peleas. Te alejas con una sonrisa.

CRUZA TR

ANU - BAH - BOJ
BOU - EGA - FAX
MAB
NOH
NUT
PUF
RED
SAZ
SIJ
SUD
TAR
TEX
TUL - ULM - URI
VIP - ZAB

U

LABERINTO

ENTRADA

PALABRAS

Complete las palabras agregando siempre las mismas tres letras, que aparecen cada vez en igual o distinto orden.

T	A	R	D	I	O
A				C	O
C	U				O
P				I	A
B	A				O
H	U	E			
			M	A	R
C				E	R

CÁLCULO

Colocar los **números** del **1 al 13**, sin **repetir ninguno**, en los **círculos**, de tal manera que al **multiplicar** los **tres** dé como **resultado** el **número** que contiene **el triángulo**.

400
10
840 320 792
280 288
28 216
14 24 162
2 6
78

Las cifras de arriba son el **resultado** de **la suma** de los **dos números** de las **casillas** de abajo.

19			15		
16		11		10	4

RES

Mágicos tríos pugnan por cruzarse en **esta parrilla**. Los impresos servirán de punto de partida.

SALIDA

NUMERILETRAS

Coloque en las casillas las letras que corresponden a los **números indicados**. Las que faltan se obtendrán siguiendo el **sentido de la frase**.

PUNTO A PUNTO

...una los puntos hasta formar la figura.

ADIVINANZA

Entre pared y pared hay una santa mujer que con el diente llama a la gente, con las muelas a las mozuelas; con los colmillos a los chiquillos. ¿Qué cosa es?

CRUCINÚMEROS

Ubique en la cuadrícula los números que se dan agrupados por la cantidad de cifras. Los impresos servirán de punto de partida.

2 CIFRAS
09 - 15 - 23 - 24 - 31
39 - 46 - 47 - 55 - 58
59 - 60 - 61 - 62 - 64
68 - 69 - 84 - 87 - 89



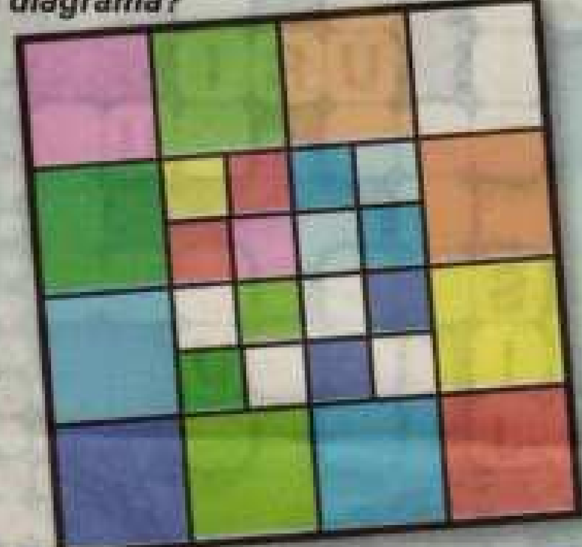
3 CIFRAS
053 - 083 - 149 - 152
179 - 196 - 214 - 219
235 - 241 - 244 - 248
258 - 280 - 299 - 349
351 - 405 - 488 - 525
526 - 552 - 629 - 635
674 - 724 - 829 - 843
858 - 867 - 886 - 910
948 - 970

4 CIFRAS
1528 - 1998 - 2681
4208 - 5248 - 5463
5836 - 6208 - 6288
6741 - 8031 - 8167
8415 - 8831 - 9152
9266

5 CIFRAS
18240 - 42689
69028 - 65749

RELÁJATE

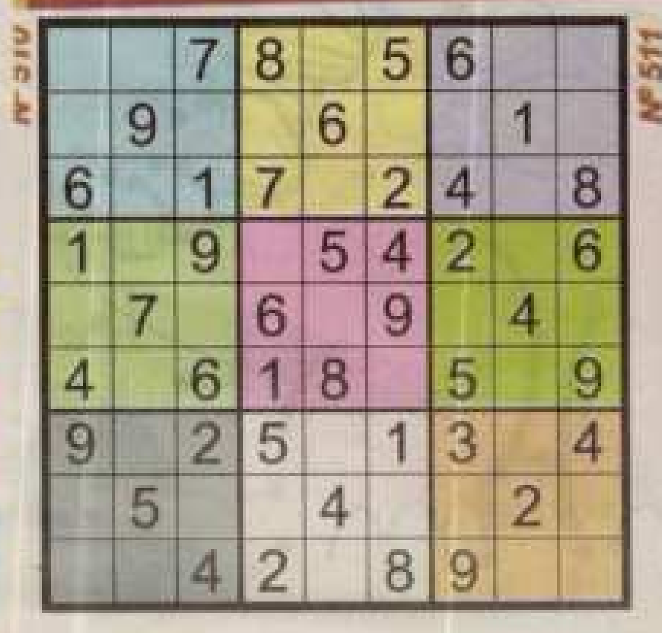
¿Cuántos cuadrados hay en este **diagrama?**



TRABALENGUA

Faraón filósofo.
Faraón fue filósofo fino, frente al fuego forjó su destino.
Frases firmes, forma formal, fue un faraón fenomenal.

¡PILAS CON EL SUDOKU!



Nº 510

		7	8		5	6		
	9			6			1	
6		1	7		2	4		8
1		9		5	4	2		6
	7		6		9		4	
4		6	1	8		5		9
9		2	5		1	3		4
	5			4			2	
		4	2		8	9		

Nº 511

	1	9		3		5	7	
2			4		5			9
6		7		9		8		4
	9		7	2			4	
7		2	5		3	6		1
	6			4	1		2	
1		4		5		2		6
9			8		7			3
	3	5		6		9	1	

OJOGRAMA ANTERIOR





LA "U" BUSCA LA PUNTA ANTE BOYS

CREMAS RECIBEN A ROSADOS EN EL MONUMENTAL DESDE LAS 6:30 DE LA TARDE

Si el cuadro de Fossati gana será líder del Clausura

Regalo de aniversario. Universitario de Deportes (3° con 19) quiere cerrar su semana grande regalándose la punta del Clausura. Los cremas reciben (6:30 p.m./Gol Perú) a Sport Boys en el Estadio Monumental y de ganar serán los líderes momentáneos del torneo. A pesar de tener un choque clave el próximo jueves por la Copa Libertadores, los merengues presentarán su mejor once y solo podrían reservar uno o dos elementos para enfrentar a Palmeiras.

Los de Ate, que van por el tricampeonato, quieren ganar la corona de manera directa y para eso deben obtener el segundo torneo de la temporada para así evitar unos play off o incluso una final. Es por este motivo que Jorge Fossati valora de igual manera las dos competiciones en las que está vigente. Para el "Nono" no hay un torneo que sea más importante que el otro y el DT lo confirma mandando al campo a lo mejor que tiene.

Las únicas variantes con relación al habitual equipo titular estarían en el arco y en la volante. Miguel Vargas, de buen desempeño ante Alianza Universidad en Huánuco, seguirá en la portería estudiantil para darle descanso a Sebastián Britos. El chileno ya demostró que puede reemplazar al uruguayo y el entrenador lo premia dándole un nuevo partido para mostrar sus condiciones. En el mediocampo, Jairo Concha dejaría su plaza a Jairo Vélez que anotó uno de los tantos de la "U" el pasado miércoles.

Edison Flores, que se perdió los últimos dos encuentros para ponerse a punto físicamente, volverá al titularato. "Orejas" es clave en el esquema del estratega charrúa que lo quiere "enchufado" para el duelo copero de mitad de semana.

Otro que regresa a la convocatoria y tendría minutos ante los chalacos es Diego Churín. El argentino se recuperó de la lesión que lo tuvo dos semanas fuera de las canchas y está listo para jugar.

BOYS VA CON TODO. Si los dueños de casa presentarán lo mejor que tienen, lo mismo se puede decir de los rosados. Salvo Hernán Da Campo que salió expulsado ante ADT, el técnico colombiano cuenta con todo el plantel.

Erick "la roca" Gonzales reemplazará al argentino y luego de varias jornadas fuera, por una lesión en el tobillo, regresa el goleador Luciano Nequecaur. El atacante jugaría desde el pitazo inicial y Jostin Alarcón, que llegó procedente de Sporting Cristal, estaría en la banca de suplentes.

FIRMADOS

"Tengo 34 años, no 42 como algunos creen. Si quiero ser entrenador en 50 años, tengo tiempo. Ahora puedo ver muchas cosas"

Eden Hazard
Ex jugador de Bélgica

"Es falso el video. Tenemos total autonomía en la formación, instrucción y designación de árbitros"

Victoria Carrillo
Presidente de la CONAR

"Nosotros estamos obligados a ganar en todas las competencias que tenemos porque así lo amerita esta institución"

Alan Cantero
Extremo de Alianza Lima

"Solo puedo agradecerles por estos dos años que han sido maravillosos al FC Barcelona, me voy y les deseo lo mejor para lo que viene"

Iñigo Martínez
Ex defensa del FC Barcelona

BLANQUIAZULES VISITAN ESTA TARDE A LOS "ZORROS"

Alianza busca tres puntos en Ayacucho



• Gianfranco Chávez estará esta tarde frente a los ayacuchanos.

➚ REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Prohibido pestañear. Si Alianza Lima (6° con 5) no quiere verse alejado tan pronto del grupo de equipos que peleará por el Clausura está obligado a ganar hoy (1:00 p.m.) a Ayacucho (12° con 4) en su casa.

Los victorianos saben lo que se juegan; sin embargo, al tener un encuentro clave a mitad de semana por la Copa Sudamericana, reservarán algunos elementos claves. Tener dos frentes que afrontar complica la labor de Néstor Gorosito que dejó en Lima a Paolo Guerrero, Eryc Castillo, Guillermo Enrique por lesión, Sergio Peña por suspensión y Jesús Castillo sin motivo especificado.

El que sí podría tener sus primeros minutos como jugador blanquiazul es Gianfranco Chávez. El zaguero ingresaría por Renzo Garcés que iniciaría las acciones desde el banco de suplentes. El ex jugador de Sporting Cristal estaría acompañado de Carlos Zambrano que no jugará ante Universidad Católica por ver la roja contra Gremio.

El once de los victorianos, que ayer presentaron a Franco Navarro Mandayo como director de fútbol sería: Guillermo Viscarra; Josué Estrada, Carlos Zambrano, Gianfranco Chávez, Miguel Trauco; Alesandro Burlamaqui, Pablo Ceppelini, Fernando Gaibor; Alan Cantero, Matías Succar y Leandro Romagnoli

ojo al dato

Hoy (3:15 p.m.) por la quinta fecha del Clausura: ADT vs Sport Huancayo. Ayer: Comerciantes Unidos 2-1 Cienciano.



CRISTAL PRESENTÓ A BENAVENTE

EL "CHAVAL" LLEGÓ AL RÍMAC

Se arma en serio. Sporting Cristal quiere pelear el Clausura y para eso no escatima a la hora de invertir en refuerzos. Los celestes aprovecharon la presentación de Luis Abram para anunciar la llegada de Cristian Benavente. El "Chaval", que estuvo jugando en el FC Buzau de la Primera División de Rumania, firmará hasta fines del 2026. "Físicamente, estoy muy bien. He venido haciendo mi trabajo, que es estar físicamente bien y estoy perfectamente para lo que el entrenador decida", señaló el jugador formado en el Real Madrid.

LA COLUMNA DE

EL OJÓN



por: el calidoso

CHÁVEZ QUIERE DEMOSTRARLE A AUTUORI QUE SE EQUIVOCÓ SACÁNDOLO DE CRISTAL

Hola, holaa, holaaa, holaaa, mi gente, vengo más embalado que Gianfranco Chávez esperando que el "Pipo" le dé unos minutos para demostrarle a Paulo Autuori que se equivocó pidiendo su salida del Rímac. El central viajó a Ayacucho y hoy podría debutar con los blanquiazules que se juegan mucho ante los "zorros". El ex zaguero rimense les vendrá bien a los íntimos porque **ahora tendrán un suplente de garantías para** el "León" Zambrano y Renzo Garcés, que son fijos en la defensa y Erick Noriega seguirá en la volante. **¡CHEEEEESSSSSS!**



Siguiendo con los íntimos, Franco Navarro Mandayo, hijo del "Pepón" y hasta no hace mucho gerente de selecciones en la federación, llega a Matute como nuevo gerente deportivo de Alianza Lima. El que fuera delantero aliancista ocupará la plaza que dejó José Bellina que precisamente se fue a trabajar a San Luis con Agustín Lozano. La llegada del "peponcito" es tomada con pinzas por un sector del aliancismo que considera que no es bueno tener a dos familiares directos en cargos importantes. El tiempo dirá si la decisión fue acertada. **¡OJITO, OJITO!**

En Sporting Cristal, Luis Abram y un delantero, que llegaría desde Brasil, no serían los últimos refuerzos para pelear por el campeonato. Pedro Aquino sigue en los planes de los cerveceros y el volante les habría dicho que si no encuentra club en el extranjero podría pegar la vuelta al Rímac. De concretarse esta opción, los rimenses tendrían un cuadro de peso que puede darle pelea a los candidatos al título. **¡UUUUUMMMM!**

A pesar de que su trabajo dejó mucho que desear en el partido entre Alianza Lima y Cristal, la CONAR designó a Bruno Menéndez como árbitro del choque entre ADT y Huancayo hoy en Tarma. Con esta designación se confirma que la comisión de árbitros hace lo que quiere y poco o nada le importa el desempeño de sus asociados y los pone a pesar de sus fallos clamorosos como el codazo de Martín Távara a Miguel Trauco que era roja aquí y en la China. Bueno, ahora sí me quito **¡CHAAAAAAUUUUUU!**

ASTRO MINIMIZÓ PREMIO QUE GANÓ EN 5 OCASIONES

"CR7" critica al Balón de Oro

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Faro.- La vaca olvidó cuando fue ternera. Ganador de 5 premios del Balón de Oro, esta vez Cristiano Ronaldo tuvo una opinión crítica sobre el galardón que se entregará el 22 de septiembre y por el que no fue nominado por tercera vez consecutiva.

Consultado sobre el premio, al terminar el amistoso que Al-Nassr goleó 4-0 a Río Ave, el futbolista no ocultó su molestia al responder: "Eso para mí es ficticio", dijo un "CR7" que además mostró incomodidad y no permitió que se le repreguntara sobre el particular.

Esta no es la primera vez que Ronaldo ataca a la organización de la ceremonia. En la pasada edición opinó: "No hay credibilidad. Vinícius tendría que haber quedado con el premio. Yo lo he sentido muchas veces y sentí rabia. Con el tiempo lo entendí, son luchas que no puedes ganar".

De otro lado, Cristiano también hizo noticia porque Cédric Soares, ex compañero suyo en Portugal, reveló la rutina de sueño que lleva el crack. "Cristiano no deja su celular en la habitación en la que duerme, porque cuenta que la exposición al 5G interfiere en el sueño", declaró.



• Cristiano Ronaldo entró en "guerra" con el Balón de Oro.



6
ES LA CAMISETA
en Racing del ex back de Boca, Marcos Rojo. Boca y Racing juegan hoy (2:30 p.m./ESPN).



COREANO LLEGÓ

AL SON DE MESSI EN LA MLS

El extremo Heung-Min Son es uno de los jales de la MLS, en la que jugará en Los Angeles FC que pagó 26 millones de dólares al Tottenham por su pase y se refirió al astro, Lionel Messi del Inter Miami. "Que Messi haya llegado a la MLS le debe haber impactado a muchos jugadores. También me impactó a mí, soy afortunado de poder compartir cancha con él", dijo el surcoreano que firmó hasta 2027.

PIURA

FALSO MÉDICO TIENE 37 DENUNCIAS POR ESTAFA

SULLANA. Personal de la comisaría PNP El Obrero, en la provincia de Sullana, capturó a José Arlan A.V. (35), que registra un total de 37 denuncias por presunta estafa agravada. Según fuente policiales, se conoció que el detenido se hacía pasar como médico de cabecera a nivel nacional. Fue capturado durante un operativo.

LA LIBERTAD

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

SICARIO LE DISPARÓ CUANDO ESTABA EN SU AUTO

Asesina a balazos a promotor de eventos

A plena luz del día y en pleno Centro Histórico de Trujillo, un sicario asesinó ayer a sangre fría a un promotor de eventos de 39 años.

La víctima que fue identificada como Diansficar Lisardo Pereda Ascate, quien recibió cinco impactos de bala en diversas partes del cuerpo.

EL CASO. Todo ocurrió al promediar la 1:45 de la tarde, cuando Pereda Ascate había llegado hasta la cuadra 16 de la avenida España, donde tendría una tienda, a bordo de su camioneta de placa S2A-897. El pistolero, que descendió de un vehículo, se acercó por la ventana de piloto donde estaba el joven empresario, sacó un arma de fuego y apretó el gatillo. Luego, abordó la unidad vehicular y escapó con dirección al jirón Estete.

ojo al dato

La Policía Nacional del Perú no descarta que el móvil sería un presunto ajuste de cuentas.



• Joven empresario murió en el acto.



MEIER LANZA NUEVO TEMA. Christian Meier lanzó su canción "Yo tan bien", sencillo que forma parte de su próximo disco. El actor cuenta que el videoclip fue dirigido por él y también se prepara para el estreno de su próxima película, "Mistura", que rodó con Bárbara Mori.



Estas malas lenguas llegan cargadas de harto "chimi, chimi"... **MICHEILLE SOIFER** se derritió, al tener en el set de "Ponte en la cola" a su pareja **GLEYSON RENÉ**, quien presentó su tema "Cuéntales". Eso es amor... **VALERIA PIAZZA** estuvo entre la espada y la pared en la secuencia del espejo de "América hoy", cuando tuvo que elegir entre **BRUNELLA HORNA Y MILETT FIGUEROA** para viajar o bloquear. Asuuu... A propo, **MILE-CHI** estará en el se de **"LA CHOLA CHABUCA"** donde contará cómo va su relación con **MARCELO TINELLI** y se habla de que soltará una "bomba". Preparen canchita... **GIGI MITRE** señaló que si a ella la ponen en una situación similar a la del encuentro entre **GIAN PIERO DÍAZ** y **RENZO SCHULLER**, renuncia al programa. ¡Uy!... Nos vamos, volvemos mañana.



Onelia confiesa que ama a Mario Irivarren

REDACCIÓN OJO

MOLINA LE DIO UNA NUEVA OPORTUNIDAD, SE RECONCILIARON Y NO HACE CASO A CRÍTICAS

Onelia Molina reveló que ama a Mario Irivarren, que no quiere dar detalles de su reconciliación porque es algo que quiere cuidar y sueña con casarse.

"Sí, yo amo a Mario. Estoy tranquila, creo que ya dijimos lo que tuvimos que aclarar y creo que la gente puede opinar porque va a opinar siempre, así que los respeto y espero que también respetan mi posición, mi espacio y mi privacidad", dijo para las cámaras de "América hoy".

"No quiero comentar (sobre su reconciliación), quiero guardar todo eso para mí. De verdad cuidarlo, porque si es algo que sí me importa, él me importa y quiero cuidar esto", añadió.

La combatiente también se refirió al comentario que hizo Irivarren en su podcast de que se casaría.

"Yo creo que es el sueño de todos, casarse y ser felices, tener una familia. Definitivamente yo creo que sí (le gustaría casarse)", indicó.

NO TIENE ANILLO. Por otro lado, Onelia se refirió al pedido que su expareja Diego Chávarri le hizo sobre el anillo de compromiso que le entregó.

"No tengo el anillo, lo tiene Francesco (producción de 'Esto es guerra'), que le pregunte. Si lo tuviera se lo devolvía para que lo venda. Yo estoy tranquila, y si nos ha deseado lo mejor (a ella y Mario), gracias. Respeto a su familia y ahora estamos trabajando en el mismo ambiente donde venimos a divertirnos", detalló en "+Espectáculos".

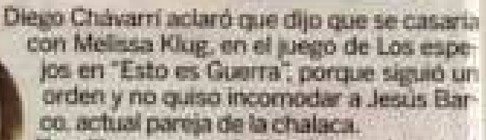
ojo al dato

Los compañeros de Onelia y Mario, como Melissa Loza, Karen Dejo y Said Palao, les desean lo mejor ahora que están juntos nuevamente.

»Aclara que no quiere casarse con la Klug.

Y NO TIENE PROBLEMAS CON JESÚS BARCO

Diego sin roches con Melissa



Diego Chávarri aclaró que dijo que se casaría con Melissa Klug, en el juego de Los espejos en "Esto es Guerra", porque siguió un orden y no quiso incomodar a Jesús Barco, actual pareja de la chalaca.

"Lo dije porque era el orden, yo lo aclaro para que después no digan: Diego quiere casarse con Melissa. Todas las respuestas han sido tranquilas, de mi parte", afirmó el guerrero y recalcó que no tiene ningún problema con Jesús Barco. "Conozco a Jesús, no tengo ningún problema con él. Si lo veo lo saludo normal. Con Melisa no hablamos hace muchísimo tiempo, pero pensaría que tampoco hay un problema con ella. De repente, ella puede tener un problema conmigo, no lo sé", señaló.



»"Diablito" tuvo una relación con Melissa Klug.

CONTÓ POR QUÉ SE DISTANCIARON

Daniela echa a Gian Piero y Renzo

Daniella Cilloniz reveló, en el programa "Olla a presión" que se emite por el canal digital Seniors TV, la razón por la que Gian Piero Díaz y Renzo Schuller terminaron su amistad.

"Yo le pregunté a Piero qué pasó con Renzo y me dijo que Schuller cambió muchísimo cuando se casa, parece que la mujer (la hija mayor de la expareja de Jessica Newton) era un poco problemática", dijo Cilloniz.



Rondón cuadra a Leonard León

ASEGURA QUE NO "LO EMBOSCARON" COMO EL CUMBIAMBERO DIJO AL ASISTIR A "PONTE EN LA COLA"

JESSICA LINO

Ricardo Rondón desmintió a Leonard León tras señalar que el programa "Ponte en la cola" lo atacó y no fue imparcial con los procesos judiciales que mantiene con Karla Tarazona y por eso abandonó el set.

"Cuando uno entrevista, le va a preguntar de todo. Lamento mucho lo de Leonard porque le tengo aprecio, lo conozco, pero también es cierto que él fue a hablar de dos puntos, el que se le haya levantado las restricciones por agresión física y psicológica a Karla y sus hijos. Él no es nuevo, conoce perfectamente cómo es la televisión, me conoce años y es imposible que no pregunte de ese tema. Además, el que no la debe no la teme, si no he pegado a nadie y me lo preguntas 100 veces, no me paro y me voy, digo es falso y me defiendo, ¿por qué me voy?, porque no se sintió complacido y quiere argumentar que le hemos tendido una trampa", señaló.


LEONARD LEÓN CANTANTE

Asimismo, Rondón dijo que León debe pedir disculpas por sus faltas.

"Me apena lo que vive Leonard y cuando uno se equivoca debe pedir disculpas, pero hay que enfrentar nuestros errores. No puedes decir no, ante tantas denuncias. Mariella Zanetti, Luigi Carbajal, José Luis Aguilar han hablado del tema", detalló.

A su vez, ayer Ricardo y Michellle presentaron el testimonio del productor José Luis Aguilar, quien dio más luces sobre la denuncia que Karla Tarazona le hizo al cumbiambero por violencia.

"Karla llegaba golpeada, llena de moretones, no recuerdo cuántas veces fue. Todos sabían que él la maltrataba. En alguna oportunidad la escondí en mi casa para que no la golpearan y a él lo cuadré en un vento, le dije que no le pegara y se reía", sostuvo Aguilar.

ojo al dato

Luigi Carbajal contó que Karla llegaba golpeada a grabar en "Ritas de América" y que se burló de ella en ese momento, pero hoy le pide disculpas.

DESLUMBRADA POR SU "SABIDURÍA"

Majo volvió con Gino

La influencer 'Majo', María José Vigil, retomó su relación con Gino Assereto y dijo que le atrae la "sabiduría" del exguerrero.

"Estoy orgullosa de todo lo que ha cumplido, es hermoso tener al lado a una persona que se ama tanto. Estar con él es tranquilidad, lo que me atrajo de él es su sabiduría, sabe cómo acompañarte, más que mi pareja es como un mejor amigo", dijo en el podcast de Edson Dávila.



EL HORÓSCOPO

POR AMATISTA
996288415



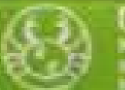
ARIES 21 DE MARZO | 20 DE ABRIL
Es una jornada para tomar decisiones sin precipitarse. Lo mejor será decidir según sus propios criterios, sin importar si los demás están de acuerdo.



TAURO 21 DE ABRIL | 20 DE MAYO
Le convendría salir de la vida estática en la que se encuentra y empezar a moverse, ya sea practicando deporte o simplemente saliendo a explorar.



GÉMINIS 21 DE MAYO | 20 DE JUNIO
Todas las miradas estarán sobre su desempeño en el trabajo, pero no es motivo para amilanarse. Por el contrario, es una buena ocasión para exhibir sus conocimientos.



CÁNCER 21 DE JUNIO | 20 DE JULIO
Nada de lo que suceda hoy debería hacerle cambiar su correcta manera de ejercer su profesión, ya que ser honesto es parte esencial de su vida.



LEO 21 DE JULIO | 21 DE AGOSTO
Podrían presentarse problemas algo serios con la persona amada, por lo que sería conveniente liberar tensiones y dialogar con calma.



VIRGO 22 DE AGOSTO | 20 DE SEPTIEMBRE
Está tan apurado que existe la posibilidad de que llegue tarde al trabajo. Si sabe disculparse, lo comprenderán. Es momento de poner manos a la obra.



LIBRA 23 DE SEPTIEMBRE | 22 DE OCTUBRE
Surgirán problemas con algún familiar que suele entrometerse en su relación de pareja. Conviene aclarar las cosas antes de que se salgan de control. Suerte.



ESCORPIO 23 DE OCTUBRE | 22 DE NOVIEMBRE
Es un buen momento para mostrar todas sus fortalezas en el ámbito profesional. No debe dejar pasar la oportunidad de mejorar su imagen ante los jefes.



SAGITARIO 23 DE NOVIEMBRE | 20 DE DICIEMBRE
No debe permitir que la rutina se apodere de su relación de pareja. Conviene comenzar a cambiar todas aquellas cosas que han generado distanciamiento.



CAPRICORNIO 21 DE DICIEMBRE | 19 DE ENERO
Hacer algunos cambios en el hogar puede ayudar a armonizar la energía del ambiente. Será importante compartir todo con la pareja.



ACUARIO 20 DE ENERO | 18 DE FEBRERO
Si se siente tenso por la actitud de algunos compañeros de trabajo, debe recordar que tiene la capacidad para salir adelante sin ayuda. Adelante.



PISCIS 19 DE FEBRERO | 20 DE MARZO
Algunos colegas parecen empecinados en generar disputas entre todos. Será necesario manejar la situación con inteligencia. Adelante.

Magaly Moro
magalymoro@prensmart.pe



No acepta que me estoy quedando calvo

Luis (55, San Juan de Lurigancho). Doctora Magaly, quisiera recibir su consejo frente a una situación con la que estoy batallando en mi hogar, a pesar de que se trata de un proceso natural de envejecimiento.

No solo debo lidiar con la pena personal que me causa el hecho de estar quedándome calvo, sino que, además, he discutido con mi esposa por esa razón, como si fuera culpa suya.

Camila no acepta que mi cabello, antes frondoso, está desapareciendo con el paso del tiempo. Las entradas que tenía se han ido haciendo más grandes y, poco a poco, he perdido bastante pelo. Aunque me costó, ya entendí que es algo normal por lo que pasamos muchos hombres, pero mi esposa se niega a aceptarlo.

Al principio, me compró marcas de shampoo anticaída, creo que probé todas las que existen en el mercado, luego, me exigió que haga tratamientos con productos caseros, como el romero, o que ella compraba porque le habían recomendado.

Nada evitó que siguiera perdiendo cabello, y hace unos días se le ocurrió que ahora debo usar peluca. Pensé que estaba bromeando, pero no fue así. Compró varios modelos y me dijo que eligiera uno.

Eso me indignó y cuestioné su decisión. Le respondí, molesto, que debía aceptar que me quedaré calvo, y ella me amenazó diciendo que así no saldrá más conmigo, que no le gustan los hombres calvos. Imagínese. Ahora no sé si lo dijo en serio. No quiero perderla por algo que está fuera de mis manos, pero tampoco quiero que me obligue a usar una peluca. ¿Cómo debo actuar, doctora?



Querido Luis, nadie tiene derecho a opinar sobre tu apariencia, menos aún cuando se trata de algo que escapa de tus manos, como la calvicie. Entiendo que hoy en día existen procedimientos alternativos, pero solo deberías acceder a ellos si realmente lo deseas. Tu esposa no puede obligarte. Considero que lo mejor es hablar con ella, expresarle lo que esto te hace sentir y procurar que se ponga en tu lugar.

CONSEJO SENTIMENTAL

AFRONTAR EL FIN DE UNA RELACIÓN LARGA

Sentirse devastada después de poner fin a una relación larga es comprensible. Sin embargo, es importante mirar hacia adelante, apoyarse en la familia y las amistades, y priorizar los propios objetivos personales.

¿QUÉ HACER SI TIENE DEPENDENCIA EMOCIONAL?

No saber lidiar con la ausencia de la pareja, necesitar constantemente su atención, dedicarle toda la energía y sentir un miedo permanente a perderla pueden ser señales de dependencia emocional. Reconocer estos signos es el primer paso para sanar.

CÓMO LOGRAR UNA CONEXIÓN SALUDABLE

Para mantener una relación equilibrada, es vital alegrarse por la felicidad del otro, confiar en el amor que se recibe, admitir las propias debilidades y respetar los momentos en que la pareja desea estar a solas. Mejorar la comunicación es un buen punto de partida.

ojo GRAMA

REFRÁN: NO DEJES CAMINO VIEJO POR SENDERO NUEVO.

Significado: Es mejor lo conocido que lo incierto porque nos da seguridad y confianza en lo que hacemos.

NATURALEZA

cataujo@hotmail.com / N° 6707

REFRÁN



COMER *para* VIVIR

Nutricionista - Dietista CNP 3526
Magíster en Ciencias Básicas Médicas con Mención en Bioquímica

BENEFICIOS DEL MANÍ PARA LA SALUD

➔ El maní es una legumbre con un perfil nutricional similar al de los frutos secos. Es rico en proteínas vegetales, grasas saludables (principalmente monoinsaturadas), vitamina E, magnesio, niacina y antioxidantes como los polifenoles. Su consumo moderado se ha asociado con beneficios cardiovasculares y con un mejor control del apetito.

➔ Puede consumirse tostado, en crema (sin azúcar ni aceites añadidos), como parte de snacks, en salsas o granolas. Una porción saludable equivale a una cucharada grande (15 g) o un puñado pequeño (20 a 30 g) al día.

➔ Sin embargo, no es adecuado para todos. Las personas alérgicas al maní deben evitarlo por completo, ya que puede provocar reacciones graves. Además, quienes tengan cálculos renales por oxalato o presenten sobrepeso deben consumirlo con cautela, ya que es un alimento calórico.

➔ En resumen, el maní es un alimento funcional, sabroso y nutritivo, siempre que se consuma en cantidades adecuadas y en su forma más natural.